

Da zu sein ist das Wichtigste

Wenn Menschen langsam sterben, leiden die Angehörigen oft unter dem Gefühl, helfen zu wollen, aber nicht helfen zu können. Doch sie können etwas tun. Vier Fachfrauen wollen nun regelmäßig einen „Letzte-Hilfe-Kurs“ anbieten.

VON RENATE RÜGER

BOCHOLT Hilfe, meine kranke Frau stirbt! Was mache ich, wie kann ich ihr noch helfen? Oder: Was sage ich den kleinen Kindern, wenn ihr Vater stirbt? Wie läuft überhaupt ein Sterbeprozess ab? Für Angehörige und Freunde ist es schwer, einen todkranken Menschen in seinen letzten Monaten und Tagen zu begleiten. Um sie zu unterstützen, wollen vier Frauen nun regelmäßig – alle drei Monate – einen „Letzte-Hilfe-Kurs“ anbieten.

„Ich fand den Begriff spannend“, sagt Verena Tenbusch (40) vom Caritas-Palliativteam. Dadurch sei sie auf die Idee gekommen, einen solchen Kurs mit Nina Hohaus (39) vom Borkener Krankenhaus anzubieten. „Viele leiden unter dem Gefühl, helfen zu wollen, aber nicht helfen zu können.“ Sie hätten Angst vor dem Tod des geliebten Menschen und Angst vor dem Zustand danach. Christel van der Linden (55) von Omega, die mit ihrer Kollegin Beate Bäumer-Messink (56) bereits erste Erfahrungen mit drei Kursen gesammelt hat, bestätigt das. Manche bräuchten auch manchmal einfach eine Bestätigung, sagt sie. „Gut, da habe ich ja Vieles richtig gemacht“, habe ihr eine Teilnehmerin einmal beruhigt gesagt.

Im Kurs gehe es um praktische Dinge wie Mundpflege. „Angehör-



Christel van der Linden, Beate Bäumer-Messink und Verena Tenbusch (von links) geben „Letzte-Hilfe-Kurse“.

FOTO: SVEN BETZ

den Todkranken ihre letzte Zeit erleichtern. „Aber das Dasein ist das Wichtigste“, sagt van der Linden. „Man tut schon viel, indem man einfach da ist.“ Bäumer-Messink stimmt ihr zu. „Viele

Entsprechende Tipps gibt's im Letzte-Hilfe-Kurs, aber auch Erklärungen: „Viele röcheln am Lebensende, weil sie den Schleim nicht abhusten können“, sagt van der Linden. Die Betroffenen störe

hört auf zu essen und zu trinken, weil man stirbt“, sagt Tenbusch.

Mit Kindern solle offen und ehrlich über den Tod gesprochen werden, sie sollten auch bei der Beerdigung dabei sein, raten die

hörigen begleitet hätten, erleichtert, wenn alles gut gelaufen sei. „Es ist eine schlimme Zeit, aber sie kann auch bereichernd sein“, sagt Bäumer-Messink. „Ich war da“: Dieses Gefühl gebe im Trau-

rige haben oft kein Empfinden für einen trockenen Mund“, sagt Bäumer-Messink. Aber das Mundbefeuchten sei wichtig. Und Angehörige fühlten sich dabei gebraucht. Mit Medikamenten und anderen Dingen wie einer Aroma-Therapie könne man

fühlen sich handlungsunfähig. Wir sagen: Ihr könnt etwas tun.“ Und sei es nur das Verrücken eines Kissens, damit der Angehörige besser liegt. Angehörige dürften den Sterbenden auch sagen, dass sie Angst hätten. „Aber viele trauen sich das nicht“, sagt Tenbusch.

das nicht. Viele Angehörige glaubten hingegen, sie bekämen keine Luft. Typisch sei auch, dass Angehörige immer Essen geben wollten, weil sie damit etwas Gutes verbinden. Aber: „Man stirbt nicht, weil man aufhört zu essen und zu trinken, sondern man

Kursleiterinnen. Um Vorsorge- und Patientenverfügungen sowie lokale Unterstützungsangebote wie Hospiz und Palliativstation geht es in dem Kurs natürlich auch. Ebenso um das Thema „Abschied nehmen“. Am Ende seien die meisten, die ihre Ange-

erprozess Trost.

Der nächste Letzte-Hilfe-Kurs findet am Samstag, 5. Februar, von 9 bis 13 Uhr in der Familienbildungsstätte (Fabi) am Ostwall statt. Die Teilnehmerzahl ist auf 15 begrenzt. Anmeldungen unter ☎ 02871/239480.